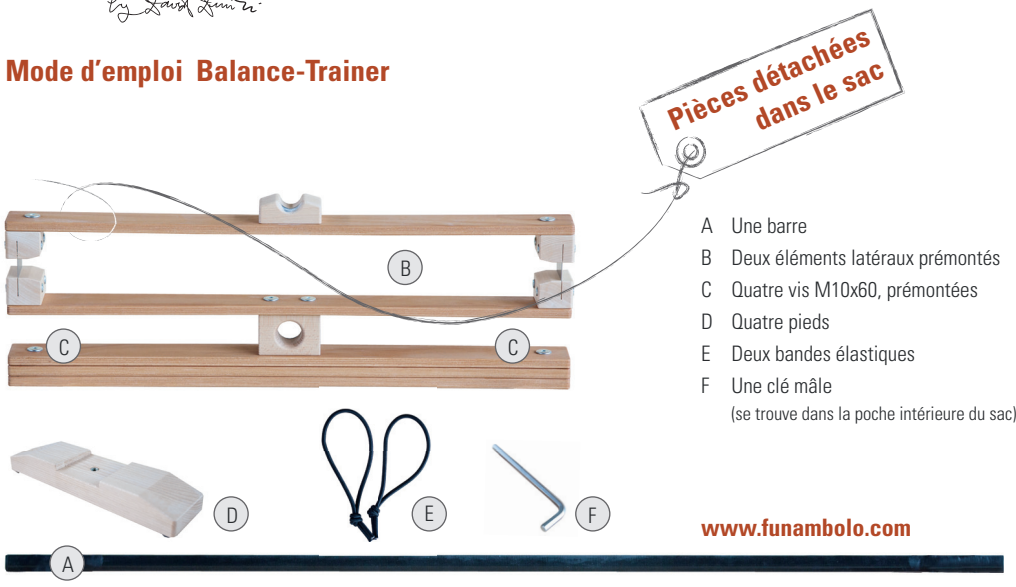
funambolo

by David Dimitri

Mode d'emploi Balance-Trainer



A Une barre
B Deux éléments latéraux prémontés
C Quatre vis M10x60, prémontées
D Quatre pieds
E Deux bandes élastiques
F Une clé mâle
(se trouve dans la poche intérieure du sac)

www.funambolo.com

Etape 1

Fixer les pieds

Matériel:

1. Un élément latéral (B)
2. Deux pieds (D)
3. Deux vis M10x60 (C)

Instructions:

1. Posez les deux pieds (D) parallèlement sur le sol et insérez un élément latéral (B) dans les deux échancrures prévues à cet effet.
2. Prenez une des deux vis M10x60 (C) et vissez l'élément latéral au moyen de la clé mâle (F) aux deux pieds.
3. Répétez l'opération pour le deuxième élément latéral.

Etape 2

Fixer la barre sur le FUNAMBOLO

Matériel:

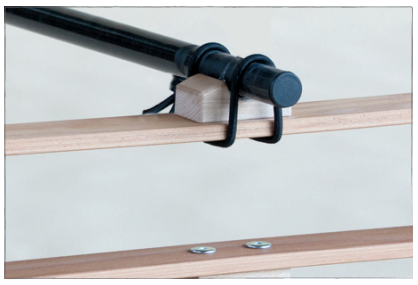
1. Deux éléments latéraux avec pieds (B, D)
2. Une barre (A)
3. Deux bandes élastiques (E)

Instructions:

1. Posez les deux éléments latéraux (B, D) parallèlement sur le sol, à une distance d'environ 1.8 mètres.
2. Placez la barre (A) sur les deux parties servant de support. Les deux extrémités doivent dépasser les supports de la barre de minimum 10 cm.
3. Fixez la barre sur les deux côtés au moyen des deux bandes élastiques (E).

Remarque:

Le nœud de la bande élastique peut être déplacé selon les besoins individuels et le poids de l'utilisateur. Le placement du nœud influe sur la résistance du dispositif de blocage de la barre (par ex. raccourcir la bande élastique lors de sauts). Afin d'éviter des blessures, veillez à ce que le nœud de la bande élastique ne soit pas positionné au-dessus de la barre.



Etape 3

Mise en service

1. Placez le FUNAMBOLO sur un sol plat, stable et sec.
2. Faites en sorte que la distance au plafond soit suffisante.
3. Veillez à ce que vous ayez suffisamment d'espace autour du FUNAMBOLO.

Vous trouvez des instructions d'entraînement pour les différents niveaux de difficulté à l'adresse Internet suivante: **www.funambolo.com/training**

Variantes supplémentaires de construction du FUNAMBOLO:

Variante 1 (pour débutants/près du sol):

1. Posez parallèlement les deux éléments latéraux (B, D) sur le sol, à une distance d'env. 1.8 mètres.
2. Placez la barre (A) sur les deux éléments latéraux (B, D) dans les ouvertures pré-percées. Les deux extrémités doivent dépasser les supports de la barre de minimum 10 cm.
3. Placez un des éléments latéraux (B, D) légèrement de biais afin de coincer la barre (A).
   Pour cette variante, une fixation supplémentaire de la barre (A) à l'aide des bandes élastiques (E) n'est pas nécessaire.

Variante 2 (en pente/pour plus de diversité):

1. Posez parallèlement les deux éléments latéraux (B, D) sur le sol, à une distance d'env. 1.8 mètres
2. Placez la barre (A) sur un des éléments latéraux (B, D) sur le support de la barre. Placez le deuxième élément latéral (B, D) dans l'ouverture pré-percée. Les deux extrémités doivent dépasser les supports de la barre de minimum 10 cm.
3. Fixez la barre (A) sur le côté avec la bande élastique (E); côté où la barre repose sur le support.

FUNAMBOLO-variantes de barres/concept des lamelles

Diverses barres pour deux catégories de poids

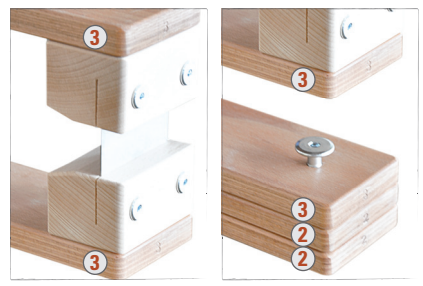
Il existe des barres FUNAMBOLO pour deux catégories de poids.
Extrémité grise: moins de 70 kg
Extrémité noire: plus de 70 kg
Les barres divergent de par leur élasticité/flexibilité.

Concept des lamelles

Les lamelles du FUNAMBOLO sont actuellement disponibles en deux degrés de résistance: Résistance 2 (15.5 mm) et résistance 3 (17 mm). Il est possible de jouer sur la flexibilité, plus grande ou plus restreinte, du FUNAMBOLO en remplaçant, resp. en permutant les lamelles. Veillez lors de l'échange à ce que les lamelles fixées au bloc-ressort aient toujours la même résistance.

A la livraison, chaque élément latéral est muni de cinq lamelles:

– deux lamelles de même résistance sont montées au bloc-ressort.
– une lamelle de rechange, de la même résistance que les deux autres fixées au bloc-ressort, est intégrée dans la partie inférieure de l'élément latéral.



– deux lamelles d'une autre résistance sont intégrées dans la partie inférieure d'un élément latéral. L'idéal est d'utiliser la barre aux extrémités de couleur grise avec les lamelles de résistance 2 et la barre avec les extrémités de couleur noire avec les lamelles de résistance 3.

Echange des lamelles

Il peut devenir nécessaire de changer les lamelles lorsque celles-ci sont fatiguées ou défectueuses. Le bois est un produit naturel et chaque lamelle se comporte légèrement différemment. Il n'est pas exclu qu'une lamelle se déforme fortement, voire se brise. A cet effet, vous trouvez dans la partie inférieure des éléments latéraux une lamelle de rechange.

De plus, il est possible de jouer sur la flexibilité du FUNAMBOLO en fixant les deux lamelles de l'autre résistance sur les articulations des ressorts du haut. Dans ce cas, veillez à toujours bien changer les deux lamelles afin que l'élasticité reste symétrique.

Vous trouvez des instructions détaillées concernant l'échange des lamelles à l'adresse Internet suivante: **www.funambolo.com/lamellenkonzept**

Remarque:

Si vous vous servez d'une lamelle déjà utilisée, veuillez faire attention à la remettre en position selon la courbure qui s'est déjà formée, sinon celle-ci pourrait se briser!

Remarques importantes

Commercialisation: La commercialisation du FUNAMBOLO est effectuée par David Dimitri.

Conseils de sécurité:

– Ne laissez jamais des enfants monter sur le FUNAMBOLO sans surveillance.
– Vérifiez lors de chaque utilisation que la barre soit bien fixée, spécialement la connexion entre la barre et l'élément latéral.
– Avant chaque utilisation, vérifiez si l'appareil n'est pas endommagé.
– Posez le FUNAMBOLO sur un sol plat, horizontal, immobile et sec. Le FUNAMBOLO doit en aucun cas être posé sur des supports en hauteur quelqu'ils soient (par ex. socles en bois, briques, murets, chaises, etc.).
– Veillez à ce que l'appareil ne soit utilisé que par une personne à la fois.
– Veuillez faire attention à ce que d'autres personnes, surtout des enfants, ne se trouvent pas sous la barre.
– Les spectateurs doivent se tenir à distance – risques de se blesser.
– Le FUNAMBOLO (et ses éléments individuels) ne doit être utilisé que selon les variantes décrites ci-dessus.

Maintenance et soins: Au besoin, nettoyez la barre avec de l'eau (chaude ou froide) et un produit de nettoyage courant. Il est possible de désinfecter la barre avec de l'alcool ménager. Nettoyez les parties en bois avec de l'eau et du savon, puis séchez au final avec un chiffon doux. Les lamelles se déformeront légèrement durant les premiers temps d'utilisation – ceci est normal et correspond tout à fait au comportement naturel du bois. Au cas où avec le temps des griffures apparaissent, veuillez les enduire d'huile de lin.

Transport et entreposage: Le FUNAMBOLO ne doit pas être soumis durant une longue durée au rayonnement du soleil ou à l'humidité. Nous conseillons de ranger le funambolo dans la fourre pour le transport ainsi que pour un entreposage de longue durée sans utilisation.

Garantie: Le FUNAMBOLO et ses éléments individuels sont garantis 12 mois lors d'une utilisation appropriée.

Responsabilité: Le FUNAMBOLO doit uniquement être utilisé dans le but et selon les marches à suivre décrites dans ce document. Le but et la fonction sont le travail de l'équilibre, le balancement et les sauts sur la barre. David Dimitri et les partenaires du FUNAMBOLO rejettent toute responsabilité en cas d'utilisation non conforme du produit. Nous déclinons toute responsabilité pour des blessures, des dommages et des effets secondaires pouvant survenir lors de l'utilisation du produit.

Poids propre du FUNAMBOLO: 17 kg

Place requise de l'appareil monté: 2 m x 0.9 m

Testé CH par la Haute école spécialisée bernoise Architecture, bois et génie civil sur le modèle EN913, EN914 et EN13219

Brevet: en attente

swiss made

Gagnant du Concours
Laubholz 2011,
Office fédéral de l'environnement OFEV

WETTBEWERB LAUBHOLZ